

POURQUOI UN ATELIER PREVENTION ?

Notre préoccupation... votre santé

Parce qu'il n'y a pas d'âge pour prendre soin de sa santé, la CAMIEG vous propose cet atelier prévention, composé de séances collectives et thématiques.

Des thématiques complémentaires

Les facteurs de risque des cancers sont multiples et c'est la combinaison de différents comportements protecteurs qui permet de réduire les risques.

La convivialité d'un groupe

« Et si vous boostiez votre santé ? », vous permet d'intégrer un petit groupe de quinze personnes maximum pour des temps d'échanges et de convivialité en toute bienveillance.

PREVENTION



INFORMATIONS PRATIQUES

Les séances de l'atelier se déroulent au choix :

- ✓ en visioconférence interactive, les 05, 26 avril, 03, 10 et 17 mai, de 18h à 19h30
Participez de chez vous, pour cela, un ordinateur équipé d'une webcam et une bonne connexion internet suffisent.
- ✓ A Gauchy, les 24 mars, 07, 28 avril, 05 et 12 mai de 14h à 16h30.

La participation à l'ensemble des séances de l'atelier est recommandée.



Antenne Camieg Hauts-de-France

100-102 rue nationale 59000 Lille



camieg-prevention-hdf@camieg.org



03 62 53 78 15 (Répondeur service prévention)



■ Atelier prévention

ET SI VOUS BOOSTIEZ VOTRE SANTE ?

ET SI VOUS BOOSTIEZ VOTRE SANTE ?

« *Et si vous boostiez votre santé ?* »
est un parcours combinant apports de
connaissances et mises en pratiques
pour vous permettre d'optimiser votre
capital-santé.

AU PROGRAMME

Séance « Tout savoir pour booster votre santé »

Présentation des principaux facteurs de protection
des cancers en lien avec les habitudes de vie.
Animée par un médecin du CRCDC

Séance « Mangez équilibré pour votre santé »

Les repères pour une alimentation protectrice, variée et
équilibrée.
Décryptage des étiquettes alimentaires.
Animée par une diététicienne

Séance « Bougez pour votre santé »

Le rôle bénéfique de l'activité physique.
Initiation à la pratique d'une activité physique.
Animée par un professionnel de l'activité physique

Séance « Halte aux excès pour votre santé » (alcool, tabac, médicaments, etc.)

L'impact de certaines consommations sur la santé.
Animée par un professionnel de santé

Séance « Participez aux dépistages pour votre santé »

Les différentes modalités de dépistage et lieux
ressources.
Animée par un médecin du CRCDC



Atelier prévention :
Et si vous boostiez votre santé ?

BULLETIN DE PARTICIPATION

Nom.....

Prénom.....

N° de Sécurité Sociale

Adresse

Courriel.....

Téléphone

Nombre de participant(s) : ☐ 1 ☐ 2

Mode de participation : ☐ en visioconférence
☐ A Gauchy

Les informations portées sur ce formulaire font l'objet d'un traitement informatisé.
Conformément à la loi n° 78-17 du 6 janvier 1978 modifiée relative à l'informatique,
aux fichiers et aux libertés, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux
informations qui vous concernent. Vous pouvez l'exercer auprès de la déléguée à la
protection des données de la Camieg à l'adresse suivante : Camieg - Délégué à la
protection des données - 92011 Nanterre Cedex ou par mail : dpo@camieg.org



En ligne (cliquez sur le lien ci-dessous)

<https://app.urlweb.pro/s/index.php?id=JTk4biU5OW0lOUeIQtk%3D&a=JTk2ayU5M2glOUmIQtk%3D>



Par courriel

camieg-prevention-hdf@camieg.org



Par téléphone

03 62 53 78 15 (répondeur)